

YURAK - TOMIR SISTEMASI KASALLIKLARI

Normamatov Bexruz Ixtiyorovich

Toshkent Davlat Tibbiyot universiteti

1-davolash ishi fakulteti 1-kurs talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20496621>

Annotatsiya. Mazkur maqolada yurak-tomir sistemasi kasalliklarining kelib chiqish sabablari, asosiy turlari, diagnostikasi, davolash va profilaktika choralari yoritilgan. Shuningdek, ushbu kasalliklarning inson salomatligiga ta'siri hamda ularni oldini olishda sog'lom turmush tarzining ahamiyati tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: yurak-tomir sistemasi, arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, insult, profilaktika, diagnostika, sog'lom turmush tarzi.

Kirish

Yurak-tomir sistemasi inson organizmidagi eng muhim tizimlardan biri hisoblanadi. Ushbu sistema yurak va qon tomirlaridan tashkil topgan bo'lib, organizmning barcha to'qima va organlariga kislorod hamda oziq moddalarni yetkazib berish vazifasini bajaradi. Yurak-tomir sistemasi faoliyatining buzilishi turli kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi.

Hozirgi kunda yurak-tomir kasalliklari dunyo bo'yicha o'lim va nogironlikning asosiy sabablaridan biri bo'lib qolmoqda. Ushbu kasalliklar nafaqat keksalarda, balki yoshlar orasida ham tobora ko'proq uchramoqda.

Yurak-tomir sistemasi kasalliklari haqida umumiy ma'lumot

Yurak-tomir sistemasi kasalliklari yurak va qon tomirlarining normal faoliyati buzilishi natijasida yuzaga keladigan kasalliklar majmuasidir. Ular qatoriga arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, insult, yurak yetishmovchiligi, aritmiyalar va boshqa kasalliklar kiradi.

Mazkur kasalliklar inson salomatligiga jiddiy zarar yetkazib, mehnat qobiliyatining pasayishiga hamda umr davomiyligining qisqarishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun ularni erta aniqlash va oldini olish muhim ahamiyatga ega.

Yurak-tomir kasalliklarining kelib chiqish sabablari

Yurak-tomir kasalliklarining rivojlanishiga bir qator omillar ta'sir ko'rsatadi. Ushbu omillar ikki guruhga bo'linadi: boshqariladigan va boshqarib bo'lmaydigan omillar.

Boshqarib bo'lmaydigan omillar:

- Yoshning ortishi;
- Irsiy moyillik;
- Jinsiy xususiyatlar.

Boshqariladigan omillar:

- Chekish;
- Spirtli ichimliklarni muntazam iste'mol qilish;
- Noto'g'ri ovqatlanish;
- Semizlik;
- Kamharakat turmush tarzi;

- Qandli diabet;
- Yuqori qon bosimi;
- Doimiy stress va ruhiy zo'riqish.

Ayniqsa, yog'li va tuzli ovqatlarni ko'p iste'mol qilish qonda xolesterin miqdorining ortishiga olib keladi. Natijada qon tomirlari devorlarida aterosklerotik blyashkalar hosil bo'lib, qon aylanishi buziladi.

Yurak-tomir sistemasining asosiy kasalliklari

Arterial gipertoniya

Arterial gipertoniya qon bosimining doimiy ravishda me'yordan yuqori bo'lishidir. Bu kasallik ko'pincha yashirin kechadi va uzoq vaqt davomida hech qanday belgi bermasligi mumkin.

Bemorlarda bosh og'rig'i, bosh aylanishi, tez charchash va yurak sohasida noqulaylik kuzatiladi.

Davolanmagan gipertoniya insult, yurak infarkti va buyrak yetishmovchiligi kabi og'ir asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Yurak ishemik kasalligi

Yurak ishemik kasalligi yurak mushagiga qon yetkazib beruvchi tomirlarning torayishi natijasida yuzaga keladi. Natijada yurak kislorod tanqisligiga uchraydi. Kasallikning asosiy belgisi ko'krak qafasidagi og'riq hisoblanadi.

Yurak ishemik kasalligi vaqtida davolanmasa, miokard infarktiga olib kelishi mumkin.

Miokard infarkti

Miokard infarkti yurak mushagining ma'lum qismiga qon kelishi to'xtashi natijasida rivojlanadi. Bunda yurak mushagining bir qismi nobud bo'ladi. Kuchli ko'krak og'rig'i, nafas qisishi, sovuq ter bosishi va holsizlik infarktning asosiy belgilaridir.

Bu holat shoshilinch tibbiy yordam talab qiladi.

Yurak yetishmovchiligi

Yurak yetishmovchiligi yurakning organizm ehtiyojiga mos ravishda qon hayday olmasligi bilan tavsiflanadi. Bemorlarda tez charchash, nafas qisishi, oyoqlarda shish paydo bo'lishi kuzatiladi.

Kasallik surunkali tus olishi mumkin va doimiy nazoratni talab qiladi.

Insult

Insult bosh miyaga qon oqimining buzilishi natijasida yuzaga keladi. U ikki xil bo'ladi: ishemik va gemorragik. Insult natijasida nutq buzilishi, harakat faoliyatining cheklanishi va nogironlik yuzaga kelishi mumkin.

Yurak-tomir kasalliklarining diagnostikasi

Yurak-tomir kasalliklarini aniqlash uchun zamonaviy diagnostika usullaridan foydalaniladi:

- Elektrokardiografiya (EKG);
- Ehokardiografiya;
- Qon bosimini o'lchash;
- Qon tahlillari;
- Holter monitoringi;

- Koronar angiografiya;
- Kompyuter tomografiyasi va magnit-rezonans tomografiya.
Ushbu tekshiruvlar kasallikni erta aniqlash va samarali davolash imkonini beradi.

Davolash va profilaktika

Yurak-tomir kasalliklarini davolash kasallik turi va og'irlik darajasiga bog'liq. Davolash usullariga quyidagilar kiradi:

- Dori vositalari bilan davolash;
- Hayot tarzini o'zgartirish;
- Fizioterapiya;
- Jarrohlik amaliyotlari;
- Reabilitatsiya tadbirlari.

Profilaktika choralari esa quyidagilar kiradi:

- Sog'lom ovqatlanish;
- Muntazam jismoniy faollik;
- Tana vaznini me'yorda saqlash;
- Chekishdan voz kechish;
- Spirtli ichimliklarni cheklash;
- Stressni kamaytirish;
- Qon bosimi va qand miqdorini nazorat qilish;
- Muntazam tibbiy ko'rikdan o'tish.

Sog'lom turmush tarziga amal qilish yurak-tomir kasalliklari xavfini sezilarli darajada kamaytiradi.

Xulosa

Yurak-tomir sistemasi kasalliklari zamonaviy tibbiyotning dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Ushbu kasalliklar inson salomatligi va hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kasalliklarning asosiy sabablari orasida noto'g'ri ovqatlanish, kamharakatlik, zararli odatlar va stress muhim o'rin tutadi. Yurak-tomir kasalliklarini erta aniqlash, sog'lom turmush tarziga rioya qilish va muntazam tibbiy nazoratdan o'tish ularning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir inson o'z salomatligiga mas'uliyat bilan yondashsa, yurak-tomir kasalliklari bilan bog'liq xavflarni sezilarli darajada kamaytirish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ahmedov A., Ichki kasalliklar. – Toshkent: O'zbekiston, 2022.
2. Karimov X., Kardiologiya asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
3. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotlari.
4. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi metodik tavsiyalari.
5. Braunvald E. Yurak kasalliklari bo'yicha qo'llanma. – Tibbiyot nashriyoti, 2020.
6. Harrison's Principles of Internal Medicine. 21-nashr. – New York, 2022.
7. Yusuf S., Cardiovascular Disease Prevention and Control. – Oxford University Press, 2021.